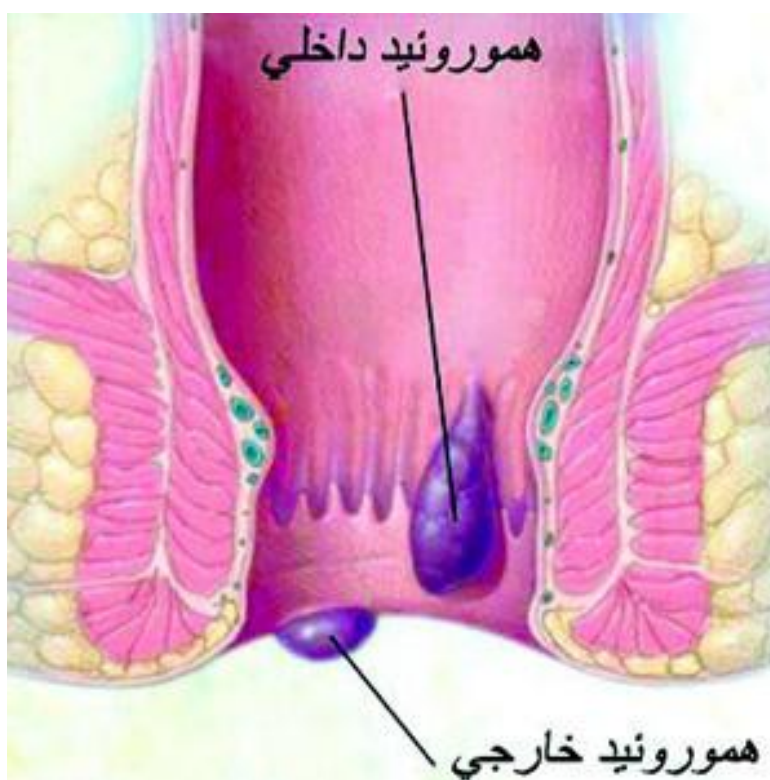


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

آموزش به بیمار

(هموروئید)





هموروئیدها عبارتند از قسمت‌های متسع شده وریدهای واقع در کانال مقعدی، در سن ۵۰ سالگی حدود ۵۰ درصد از افراد دچار درجاتی از هموروئید هستند. بارداری ممکن است آغازگر هموروئیدها به دو دسته تقسیم می‌شوند. آنهایی که در بالای اسفنکتر داخلی ایجاد شده‌اند که هموروئیدهای داخلی نامیده می‌شوند و آنهایی که در بیرون اسفنکتر خارجی ظاهر شده‌اند که هموروئیدهای خارجی نامیده شده‌اند که هموروئیدهای خارجی نامیده می‌شوند. عوامل خطر شامل حاملگی، زور زدن برای دفع مدفوع، یبوست مزمن، نشستن به مدت طولانی، عفونت آنال، افزایش فشار ورید پورت و استعداد خانوادگی می‌باشند.

علائم بالینی

هموروئید داخلی: معمولاً دردناک نیستند و ممکن است دچار خونریزی شده و باعث پرولاپس شوند.
هموروئید خارجی: التهاب و ورم، درد و خارش، ترومبوز، ایسکمی و نکروز هموروئید.

عوارض احتمالی

خونریزی، ترومبوز، عفونت.

بررسی‌های تشخیصی

معاینه فیزیکی و انجام پروکتوسکوپی

درمان

- تغذیه: استفاده از رژیم غذایی پرفیبر (سبزیجات و میوه‌جات)
- استفاده از ملین‌های جاذب آب، حمام نشمینگاهی، استفاده از پماد و شیاف‌های حاوی مواد بی‌حس کننده و استراحت (جهت رفع اتساع و پرخونی عروق).
- استفاده از روش‌های غیرجراحی (مثل استفاده از اشعه مادون قرمز برای ایجاد انعقاد، دیاترمی دو قطبی، درمان با لیزر و تزریق محلول‌های اسکروز دهنده در درمان هموروئیدهای کوچک و خونریزی دهنده (جهت جلوگیری از پرولاپس)
- درمان جراحی شامل جراحی نگهدارنده برای هموروئیدهای داخلی (بستن هموروئید به وسیله بلند لاستیکی)، هموروئیدکتومی با روش جراحی انجمادی، هموروئید کتومی.

آموزش به بیمار/ خانواده

به بیمار و خانواده وی موارد زیر آموزش داده می‌شود:

• فعالیت

- توصیه می‌شود که از عواملی که باعث افزایش فشار روی هموروئیدها می‌شود: مثل نشستن یا ایستادن طولانی مدت و زور زدن در هنگام اجابت مزاج اجتناب شود. در صورت درد شدید در وضعیت خوابیده به شکم استراحت شود.
- توصیه به انجام فعالیت‌های سبک و ورزش منظم (جهت جلوگیری از یبوست).



• تغذیه

- برای کاهش یبوست توصیه می‌شود که از رژیم غذایی پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) و مایعات فراوان (۲ لیتر روزانه) استفاده شود.
- توصیه می‌شود که از غلات کامل مانند نان سیوس دار، حبوبات، سبزیجات و میوه‌ها همراه با پوست استفاده شود.
- توصیه می‌شود که سبوس گندم به تدریج با یک قاشق مرباخوری در روز شروع شود و به تدریج به ۴-۶ قاشق غذاخوری افزوده گردد.

• دارو درمانی

- در صورت تجویز ملین‌ها، نکات مراقبتی لازم آموزش داده شود. (جهت کسب اطلاعات بیشتر به محبت یبوست مراجعه شود.)
- در صورت تجویز پمادها و شیاف‌های حاوی مواد بی‌حس کننده، توصیه می‌شود که پس از شستشو و خشک کردن مقعد، این پمادها و شیاف‌ها استفاده شود.
- در صورتی که بیمار هموروئید خارجی دردناک دارد، توصیه می‌شود که از کیف آب سرد (یخ) به طور متناوب بر روی موضع استفاده شود و حمام نشسته در لگن (لگن آبگرم روزی ۳ تا ۴ بار) انجام شود.

• روش‌های درمانی و جراحی

- در صورت استفاده از روش‌های غیرجراحی مثل استفاده از اشعه مادون قرمز، دیاترمی، درمان با لیزر و تزریق محلول‌های اسکروز دهنده، توصیه می‌شود که از کیف یخ، کمپرس گرم یا پمادهای مسکن مثل دبوکائین تجویز شده استفاده شود و بیمار روزی ۳-۴ بار هر بار به مدت ۱۵-۱۰ دقیقه در لگن آب گرم بنشیند. همچنین توصیه می‌شود که بهداشت ناحیه مقعد رعایت شود و بعد از شستشو و خشک کردن مقعد، پمادهای مسکن مالیده شود.
- در صورت انجام جراحی، مراقبت‌های قبل و بعد از عمل به بیمار آموزش داده می‌شود.
- مراقبت قبل از عمل: آمادگی لازم قبل از عمل از قبیل استفاده از ملین و انما جهت پاک بودن روده‌ها به بیمار و خانواده وی آموزش داده می‌شود.
- سایر نکات آموزشی قبل از عمل آموزش داده می‌شود.

• بعد از عمل

- به بیمار توصیه می‌شود که در پوزیشن به پهلو بخوابد، به طور مرتب تغییر وضعیت داده و هر ساعت یک ربع به روی شکم قرار گیرد.
- توصیه می‌شود که بیمار از ۱۲ ساعت بعد از عمل روزانه ۳-۴ بار به مدت ۱-۲ هفته در لگن آب گرم بنشیند.
- بهداشت ناحیه مقعد کاملاً رعایت شود و پمادهای مسکن تجویز شده پس از شستشو و خشک کردن مقعد استفاده شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

دفتر پرستاری
واحد آموزش

- در صورت احساس دفع، اجابت مزاج انجام شود و بعد از اجابت مزاج، مقعد به خوبی شستشو داده شده و با کاغذ توالت نرم خشک گردد.

- از مصرف بیش از حد شیرینی، قهوه و شکلات اجتناب شود.

- از رژیم غذایی پرفیبر (میوه‌جات و سبزیجات) استفاده شود و از خوردن سوپ، آش، حبوبات، سیب زمینی، سیب، انار، ماست و به (باعث نفخ و یبوست می‌شوند) اجتناب شود.

- از مسهل و ملین استفاده نشود (چون مدفوع را شل می‌کنند)، برای نرم شدن مدفوع از روغن زیتون، آلو، خاک شیر و شیر سرد استفاده شود.

- توصیه می‌شود که در ساعات معینی از روز (پس از خوردن صبحانه) اجابت مزاج انجام شود.

- توصیه می‌شود که در صورت بروز عوارض پس از عمل مثل خونریزی از مقعد، ترشحات چرکی، تب و یبوست به پزشک اطلاع داده شود.